

Gravid og nikotinfri

Vi hjælper dig med at give dig selv og
dit barn den bedste gave



Gratis
STOP-forløb



ODENSE
KOMMUNE

RØGFRIT
ODENSE

Et STOP-forløb er en gave til dig og dit barn

Røgfrit Odense tilbyder gratis hjælp til gravide og deres partner, som ryger eller bruger nikotinprodukter. Set fra et sundhedsperspektiv er det bedste for den gravide og det ufødte barn et liv uden tobak og nikotin.

Uanset hvor du er i graviditeten, vil et stop altid gavne både dig og dit barn. Vi tilbyder et særligt tilrettelagt forløb for dig, der er gravid, og din partner. På forløbet får du/I redskaber til at håndtere et stop, og hvordan du/I overvinder nikotintrangen. Desuden bliver der mulighed for at vende udfordringer og erfaringer med andre gravide og vores konsulent.

Der er løbende optag
hver tirsdag kl. 14-15 på Ørbækvej 100, indgang A

Sådan deltager du
Tilmeld dig vores gratis forløb "STOP-forløb for gravide"
på odense.dk/roegfritodense

Du er også velkommen til at kontakte en konsulent på telefon; 24 43 45 05 eller mail; rygestop@odense.dk

Vi er klar til at hjælpe



**ODENSE
KOMMUNE**

**RØGFRI
ODENSE**